



RECETARIO DE CARNE DE CONEJO

INTERCUN



Organización
Interprofesional
Culinaria



 alimentosdespaña



Sabemos que cuando escuchas “carne de conejo” pasan por tu mente recuerdos de platos deliciosos de los que, hasta puedes oler su aroma. Te teletransportas a esa época en la que deseabas que llegara el momento de disfrutar del arroz con carne de conejo tan bueno que preparaba tu abuela. Y es que la carne de conejo lleva presente en nuestras dietas toda la vida, siendo la protagonista de recetas clásicas que no pasan de moda, y para las que siempre tienes un hueco en el estómago.

Y como lo bueno no debe cambiar, esta carne continúa teniendo a día de hoy un papel fundamental en la dieta mediterránea, porque aparte

de su sabor, es una carne magra, sabrosa y muy nutritiva, apta para todos los consumidores desde la niñez hasta la vejez.

Además, posibilita recetas muy versátiles, desde las de siempre que ya conoces, hasta las más innovadoras, con las que cocinarás la carne de conejo de una forma rápida y sencilla, con resultados sorprendentes y exquisitos.

¿Cómo? ¿Que los jueves prepares cena mexicana pero no crees que con la carne de conejo se puedan hacer tacos? No pierdas tiempo y adéntrate en este recetario, ¡hay todo un mundo de sabores esperándote!



Pag.

6

NUGGETS CRUJIENTES DE
CARNE DE CONEJO

Pag.

10



PAN DE CARNE DE CONEJO

Pag.

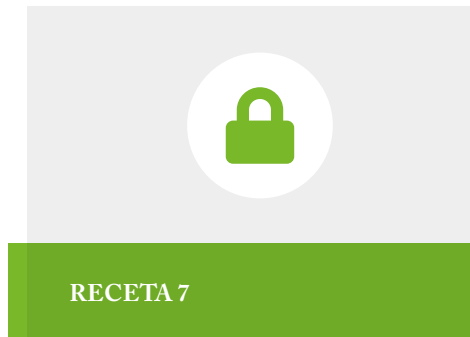
14

SAMOSAS DE
CARNE DE CONEJO

Pag.

?

RECETA 7



Pag.

?

RECETA 9



Pag.

8

CANELONES DE BERENJENA
RELLENOS DE CARNE
DE CONEJO

Pag.

12

CARNE DE CONEJO EN
SALSA DE COCO Y CURRY

Pag.

?

RECETA 6



Pag.

?

RECETA 8



Pag.

?

RECETA 10



NUGGETS CRUJIENTES DE CARNE DE CONEJO



Comensales
6 personas



Método
Horno o airfryer



Tiempo
40'



Formato
Medallones

Ingredientes

Carne de conejo
300 gr.

Queso crema
100 gr.

Zanahorias ralladas
2

Harina de avena

Huevo
1

Copos de maíz

Especias al gusto:
orégano, ajo o cebolla en
polvo y una piza de sal

Preparación

1

Deshuesa y tritura la carne de conejo. Incorpora el queso crema, junto con las especias y las zanahorias y tritura de nuevo.

2

Moldea la masa resultante con las manos y da forma de nuggets.

3

Bate el huevo y tritura los copos de maíz.

4

Reboza los nuggets en la harina de avena, el huevo y los copos de maíz, siguiendo ese orden.

5

Hornea 25 minutos a 180-200°

» 1

» 2

» 4

CANELONES DE BERENJENA RELLENOS DE CARNE DE CONEJO



Comensales
6 personas



Método
Sartén y horno



Tiempo
50'



Formato
Medallones

Ingredientes

Carne de conejo
200 gr.

Berenjenas
2

Tomate seco
50 gr.

Cebolla seca en escamas
50 gr.

Queso crema granulado
200 gr.

Salsa de tomate
200 ml.

Queso rallado

Preparación

1

Lamina las berenjenas. Cubre ligeramente con sal y deja sudar durante 20 minutos para reducir amargor. Limpia con papel de cocina y cocina ligeramente las láminas de berenjena por ambas caras.

2

Por otra parte, deshuesa y pica la carne de conejo. Añade a la sartén, sella e incorpora el tomate seco y la cebolla en escamas y deja cocinar. Puedes sustituir la cebolla en escamas por cebolla troceada y pochada. Tras 10 minutos, añade el queso crema.

3

Cubre la base de una fuente de horno con la salsa de tomate.

4

Rellena las láminas de berenjena con la carne de conejo cocinada y enrolla. Coloca sobre la fuente de horno, cubre con queso rallado y hornea con calor arriba y abajo a 190° durante 20 minutos.

» 1

» 2

» 4

PAN DE CARNE DE CONEJO



Comensales
6 personas



Método
Cazuela y horno



Tiempo
90'



Formato
Muslos

Ingredientes

Carne de conejo
500gr.

Huevos
6

Pimentón dulce
1 Cucharada sopera

Ajo en polvo
1 Cucharada sopera

Sal
1 Pizca

Preparación

1

Hierva la carne de conejo en agua con laurel y un poco de aceite de oliva virgen extra durante 40 minutos.

2

Deshuesa la carne y tritura junto con los huevos y las especias.

3

Vierte sobre un molde de horno rectangular.

4

Hornea a 180° con calor arriba y abajo durante 40 minutos.

**Sin glúten*

» 1



» 2



» 4



CARNE DE CONEJO EN SALSA DE COCO Y CURRY



Comensales
6 personas



Método
Sartén



Tiempo
30'



Formato
1/2 Conejo Troceado

Ingredientes

Conejo troceado
400gr.

Cebolla
1

Tomates Cherrys

Tomate Troceado
1 Lata

Leche de coco para cocinar
1 Lata

Curry suave
1 Cucharada

Ajo en polvo

Jengibre

Limón

Perejil fresco

Arroz blanco

Preparación

1

Trocea la cebolla y pocha con un poco de aceite de oliva durante 10 minutos.

2

Salpimenta la carne de conejo, dora en la sartén y reserva.

3

Incorpora la cebolla, el tomate entero troceado, el curry, el ajo en polvo, los tomates cherry y el perejil y deja cocinar 20 minutos.

4

Añade un poco de jengibre y limón.

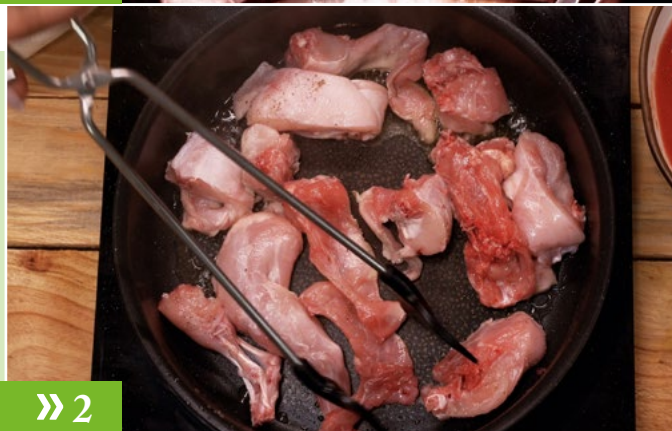
5

Cocina el arroz para servir como guarnición.

» 1



» 2



» 3



SAMOSAS DE CARNE DE CONEJO



Comensales
6-8 personas



Método
Sartén y horno



Tiempo
40'



Formato
Medallones

Ingredientes

Carne de conejo
250gr.

Masa filo
8 Láminas

Cebolla morada
1

Orejonos secos
6

Ciruelas desecadas sin hueso
6

Queso de cabra
1 Rulo

Aceite de oliva virgen extra
40ml.

Preparación

1

Deshuesa y pica la carne de conejo. Lamina la cebolla, los orejonos y las ciruelas y póchalas durante 10 minutos con un poco de aceite de oliva virgen extra.

2

Añade la carne de conejo y cocínalo todo durante 10 minutos. Después, deja enfriar.

3

Extiende las hojas de masa filo de 1 en 1 [dejando las que no vayas a utilizar bajo un paño limpio y húmedo].

4

Impregna con aceite de oliva virgen extra, extiende con un pincel y coloca parte del relleno en la esquina superior, sobre una porción del queso de cabra.

5

Pliega la lámina de masa filo formando triángulos y realiza la misma acción con todas las láminas. Decora con semillas de sésamo y hornea a 200º unos 10 -15 minutos hasta dorar.

» 2

» 4

» 5

Organización Interprofesional para Impulsar el Sector Cunícola

C/ Agustín de Betancourt, 17 - 6ª planta | 28003 - MADRID

Telf.: **646 46 63 97**

Mail: **info@intercun.org**

